



CENTRE DE SOPHROLOGIE DE GUADELOUPE

5 Bd 10 Mai 1981 Boisripeaux
97139 LES ABYMES GUADELOUPE
☎ : 0590.20.51.57 / Fax : 0590.20.81.77
@ : amaripev@orange.fr

CONVENTION DE FORMATION PROFESSIONNELLE CONTINUE

(Art L.6353-3 et suivants du Code du Travail)

Centre de Sophrologie De Guadeloupe

Représenté par son gérant

Madame Anne Marie Pansiot Villon

5 Boulevard du 10 Mai 1981 Boisripeaux
97139 Les Abymes Guadeloupe
Tél : 0590.20.51.57
Email : amaripev@orange.fr

Le Stagiaire

Adresse :

Situation :

Salarié :

Demandeur d'emploi :

Autres (préciser) :

Tél :

Email :

Tout changement d'adresse doit notre être rapporté

Article 1^{er} : OBJET

Formation

Formation au métier de Sophrologue

Nature de l'action au sens de l'Art 6313-1 :

« actions de 1 à 6 »

Formation obligatoire pour exercer en tant que
sophrologue

Durée en heure de la formation : **304 heures**

Date : **à partir du 26 septembre 2021**

Lieu de la formation : **Ecole de sophrologie de
Guadeloupe : Petit Perou 97139 Les Abymes**

Tarif de la formation : **4000€**

Effectif prévu : **15 élèves maximum**

Prise en charge par : **individuelle**

RESTE A LA CHARGE DU STAGIAIRE : 4000 €

Exercice 2017 :

ARTICLE 1 : OBJET

- En exécution du présent contrat, l'organisme de formation s'engage à organiser l'action de formation intitulée : « **Formation au Métier de Sophrologue** »

ARTICLE 2 : NATURE ET CARACTERISTIQUE DES ACTIONS DE FORMATION.

- L'action de formation entre dans la catégorie des actions de Spécialités plurivalentes sanitaires et sociales (330) et (ou) Spécialités concernant plusieurs capacités. (410)
Prévues par les articles L.6313-1 à 11 du Code du travail.

Elle a pour objectif : La Formation à la Sophrologie et d'intégrer les compétences fondamentales nécessaires pour exercer le métier de sophrologue

- à l'issue de la formation fondamentale et après avoir satisfait aux épreuves de contrôle des connaissances un certificat de fin de cycle fondamental leur est remis donnant accès à un perfectionnement clinique, social, pédagogique selon le cursus de base du (de la) stagiaire.
- sa durée est fixée à 2 ans pour le cursus fondamental
- programme de l'action de formation : joint en annexe avec le type d'évaluation permettant de suivre son exécution et d'en apprécier les résultats.

ARTICLE 3 : NIVEAU DE CONNAISSANCES PREALABLES NECESSAIRES :

Afin de suivre au mieux l'action de formation susvisée et obtenir la ou les qualifications auxquelles elle prépare, le stagiaire est informé qu'il est nécessaire de posséder, avant l'entrée en formation, le niveau de connaissances suivant : BAC +2 ou une expérience professionnelle équivalente, susceptible d'amener à une démarche dans les diverses branches de la sophrologie (professions de santé, de l'enseignement, du sport, de l'éducation et des sciences humaines et sociales. Une évaluation sera faite lors de l'entretien préalable à l'admission en formation. Des modules compensatoires supplémentaires seront mis en place si nécessaire en formation continue par l'école de sophrologie de Guadeloupe.

ARTICLE 4:ORGANISATION DE L'ACTION DE FORMATION

Le temps de formation est sous l'autorité du Centre de Sophrologie de Guadeloupe avec une possible sous traitance avec un autre organisme.

- L'action de formation aura lieu du 23 septembre 2017 au 30 mai 2019 pour le cursus fondamental permettant l'accès au métier de sophrologue
- Elle est organisée pour un effectif de 15 stagiaires maximum.
- Les modalités de contrôle des connaissances, sont les suivants :
 - Un tuteur suit les travaux et recherches des stagiaires, effectue une évaluation par rapport aux acquis indispensables au plan théorie et pratique
- les diplômes, titres ou références des personnes chargées de la formation
Enseignants tous sophrologues, intervenants extérieurs pour les spécialités en formation continues

ARTICLE 5 : DELAI DE RETRACTATION

A compter de la date de la signature du présent contrat, le stagiaire a un délai de 10 jours pour se rétracter. Il en informe l'organisme de formation par lettre recommandée avec accusé de réception. Dans ce cas, aucune somme ne peut être exigée du stagiaire.

ARTICLE 6 : DISPOSITIONS FINANCIERES

Le prix de l'action de formation du cycle fondamental est fixé à : 4000 Euros

Le stagiaire s'engage à verser la totalité du prix susmentionné selon les modalités de paiements suivantes :

- Après le délai de rétractation mentionné à l'article 5 du présent contrat le stagiaire effectue un premier versement de 200 Euros
- le paiement du solde est échelonné au fur et à mesure du déroulement de l'action de formation :
 - À chacun des modules aux dates fixées avec l'organisme de formation.

ARTICLE 7 : INTERRUPTION DE STAGE

En cas de cessation anticipée de la formation du fait de l'organisme de formation ou l'abandon du stage par le stagiaire pour un autre motif que la force majeure dûment reconnue, le présent contrat est résilié selon les modalités suivantes :

Les prestations dispensées restent dues. Les avances faites sur les prestations futures seront remboursées. Si le stagiaire est empêché de suivre la formation par suite de force majeure dûment reconnue, le contrat de formation professionnelle est résilié. Dans ce cas, seules les prestations effectivement dispensées sont dues au prorata temporis de leur valeur prévue au présent contrat.

ARTICLE 8 : CAS DE LITIGE (la clause attributive de compétence doit respecter les dispositions légales)

Si une contestation ou un différend n'ont pu être réglés à l'amiable, le tribunal de Pointe à Pitre sera seul compétent pour régler le litige.

ARTICLE 9 : ASSURANCE

« Centre de Sophrologie Guadeloupe » contracte une assurance couvrant les conséquences de la mise en jeu de la responsabilité civil des stagiaires et des dommages corporels qu'ils subissent sur le lieu de formation.

Fait en 3 exemplaires

Fait à Le stagiaire	Le :	Fait à : Les Abymes Anne-Marie Pansiot-Villon, Directrice à Centre de Sophrologie de Gaudeloupe	Le :
-----------------------------------	------	---	------

ANNEXES : Programme de formation

Présentation du Coursus : Devenir Sophrologue

- 1 -Objectifs pédagogiques
- 2 -Finalité de la formation
- 3 -les personnes concernées
- 4 -Caractéristiques de la formation

Les modules obligatoires :

Place de la sophrologie au sein des sciences de l'homme : 17 modules

Les modules optionnels (en sus du cursus de la formation)

Réactualisation en anatomie, physiologie etc...

Sensibilisation à l'application de la sophrologie dans le champ de la gérontologie sociale :

Le « bien vieillir »

Sensibilisation à la pratique de la sophrologie préventive et éducative avec les enfants et adolescents :

Préparation aux examens et concours, prévention des conduites addictives.

Sensibilisation à la pratique de la sophrologie dans le champ de la protection ou de la reconstruction du lien social

Sensibilisation à l'application de la sophrologie dans le champ de la « parentalité ».

Sensibilisation à l'application de la sophrologie dans le champ de l'hygiène de vie.

Sensibilisation à l'application de la sophrologie dans le champ pénitentiaire.

Evaluation

Une évaluation continue permet d'harmoniser les « savoirs acquis » dans chacun des modules

Une recherche est proposée en inter module et remise au module suivant.

Un bilan est remis à la fin de la première année

Un mémoire se présente à la fin du cursus de base

Pour l'accès aux cycles supérieurs des travaux sont remis à la fin de chacun des cycles.

Le titre privé définitif est acquis à la fin du cycle terminal sur acceptation des travaux produits.

L'Ecole de Guadeloupe assure les pratiques en inter cours, apporte son concours aux recherches et propose les « nouveaux sophrologues » après travail en binôme et supervision.

*Développer la créativité et la faculté d'adaptation du futur sophrologue à la diversité des lieux d'exercice où il peut être amené à pratiquer.

*De renforcer ses capacités à créer avec les personnes dont il s'occupe, un véritable phénomène de rencontre, à être l'allié de leurs forces de vie et des potentiels que celle-ci leur donnent et ceci dans le respect des règles éthiques et du Code de Déontologie du sophrologue.

*De responsabiliser le futur sophrologue, pour lui permettre tout au long de son cursus de formation de base:

- De s'adapter à l'évolution des méthodes
- D'élaborer un projet professionnel.

2 Finalité de la formation

La formation est dispensée en vue de l'exercice de la profession de sophrologue avec l'acquisition des aptitudes et les connaissances nécessaires pour assumer leur rôle, en tenant compte des aspects éthiques et juridiques de leur engagement professionnel, des limites du champ d'application des méthodes sophrologiques qui est le leur, et de la connaissance nécessaire du milieu dans lequel ils auront choisis d'exercer.

3 Personnes concernées :

Les études et la formation sont destinées aux personnes désireuses :

- Soit d'exercer dans leur profession clinique et sociale
- Soit d'exercer la profession de sophrologue de la prévention et de l'éducation.
- Soit d'exercer dans le cadre de la prévention du stress et de sa gestion.

4 Caractéristiques de la formation

Cette formation a été conçue dans sa forme, sa pédagogie, pour être compatible avec l'exercice d'une activité professionnelle préexistante.

17 modules obligatoires, dont un relatif à la régularité des entraînements, aux travaux de recherche.

Les modules optionnels selon l'orientation de chacun.

17 Modules pour le Cycle Fondamental au maximum sur deux ans

PROGRAMME DU CYCLE REDUCTIF

De Base

Module 1 : Phase Préparatoire

« La sophrologie propose d'étudier la conscience et les valeurs de l'existence. Elle considère que les deux pôles de la conscience, le corps et l'esprit, s'influencent mutuellement. »

Présentation de l'historique des débuts à nos jours, son évolution.

Les définitions

Le cursus complet pour le titre de sophrologue : description.

Les débouchés possibles en fonction du cursus de base de chacun.

La protection juridique.

Le stress : description, la réaction d'adaptation de Selye.

L'intérêt majeur des méthodes dans la prévention des stress,

Du *burn out* et le maintien en santé des soignants ou autres professionnels.

La respiration, ses fonctions, sa régulation.

Les trois Théories-clés : Les états et niveaux de conscience, les cinq systèmes dits

« isocay », la conscience spécifique découverte par la posture.

Les trois Techniques-clés

Théorie et Pratiques

Alliance en sophrologie

La phénoménologie, son intérêt en sophrologie.

Modules 2 : Théorie et Pratique

La Relaxation Dynamique de Caycedo du premier degré : 1^{ère} partie.

Etape de découverte de l'attention

De la concentration

De la perception

De la « présence à soi »

Les quatre grands principes en sophrologie :

Du schéma corporel comme réalité vécue

D'action positive

De réalité vécue

D'adaptabilité.

Les deux grandes lois :

L'entraînement

La répétition

La temporalité : ici le paramètre de « présentation »

Description de la « vivance »

Les phénomènes qui nous apparaissent (perceptions, sensations, affects...)

Immédiatement constatés en termes expérientiels dans l'espace corps-esprit.

La réduction phénoménologique permettra la suspension du jugement, les *a priori*.

Avec la répétition « vivantielle » s'entraîne l'attitude phénoménologique : Acte qui devient conscient.

Un rappel du geste sportif qui devient plus fluide, aisé par la répétition.

Théorie et pratique de la méthodologie du premier degré :

Sur chacune des parties du corps, puis sur la globalité.

Découverte de la concentration sur soi, en soi, et de la présence de notre épiderme.

Le présent de l'instant.

Travail à effectuer en inter cours, outre les entraînements :

Les définitions concernant : l'épistémologie, la sémantique, l'herméneutique.

Recherche sur les différentes couches épidermiques, leur rôle.

Module 3 : Théorie et Pratique

La Relaxation Dynamique du premier degré : 2^{ème} partie

Passage de la concentration sur soi à la concentration sur un objet naturel, neutre extérieur à soi.

Quelques précisions sémantiques :

La phénoménologie, les phénoménologues depuis Husserl à Michel Henry....

La vivance

La réduction

La rencontre

La corporalité

La temporalité : ici le paramètre de « futurisation »

La notion d'« espérance » différente de l'espoir.

Théorie et Pratique de la méthodologie du deuxième degré

Sur les trois premiers systèmes « isocay »

Découverte du tissu musculaire.

Recherche à faire pour le prochain module :

Les muscles du corps humain : les différents types de muscles (striés, lisses), leur fonction.

Réfléchir à un objectif personnel, professionnel.

Les grandes fonctions du corps humain

Le tonus musculaire et sa régulation.

Module 4 : Théorie et Pratique

Relaxation Dynamique de Caycedo second degré: première partie.

Passage de la concentration à la contemplation : concentration accrue (perçue au centre de soi).

Découverte de la gravitation, de l'équilibre.

Les cinq sens : appropriation de l'espace environnant à partir de soi.

Méthodologie Théorique et pratique des systèmes corporels suivants : La peau, les muscles

Naissance de la formulation d'un souhait:

Action de « mettre dans la corporalité » l'espérance.

Concentration « sensoperceptive » et contemplation sensoperceptive.

L'intégration de ce qui est « porteur de sens » pour soi.

Processus d'activation de la présence concrète des muscles.

Intégration de la perception du relâchement dans la tension.

Intégration de la « tension » juste.

Intérêt majeur de ce niveau pour son quotidien, pour le geste sportif, la préparation à la naissance, la préparation aux examens, concours...

Les effets neuromusculaires de la tension musculaire suivie du relâchement avec le support de la respiration.
La respiration sophro synchronique.

Travail de recherche :

Tout ce cycle de base ou fondamental est dit« réductif » à quoi le voit-on ?

Quelles valeurs fondamentales émergent ?

Entraînement et protocole personnel mis en place.

Module 5 : Théorie et Pratique

Relaxation Dynamique de Caycedo second degré 2^{ème} partie

Le paramètre de « futurisation » dans l'instant.

Distinction entre les techniques de la sophrologie et les autres techniques de relaxation

Des rappels en philosophie : Socrate, Platon, Aristote : Le mythe de la caverne

Concept d'époché, mise entre parenthèse

Le concept de sophrosyne en Grèce.

Les phénoménologues

Théorie des structures phroniques

Des rappels en psychologie : psychologie positive,

Esprit contemplatif/ rationnel

L'imagination,

Sensation, perception, émotion, sentiment

La motivation

La confiance

Philosophie : noèse-noème

Redécouverte de la phénodescription
Orient : Similitudes et différences avec le bouddhisme tibétain.

Les capacités de calme intérieur (physique et mental), de confiance et d'espérance sont renforcées par la pratique.

Module 6 : Les Techniques Spécifiques de la RDC I Théorie et Pratique
« Analyse Vivantielle » et « Phénomène de la rencontre »

La « professionnalité » est abordée dans l'aspect éthique, déontologique.
La notion de l'ontique cartésien et l'ontologique au service de la
Profession

Toutes les techniques de la RDC I avec le paramètre de la « présentation »
Sophro déplacement du négatif.
Sophro présence immédiate
Sophro substitution sensorielle

*Leur intérêt dans la pratique

Apprendre à se situer dans l'instant présent.

S'intéresser à cette dimension immatérielle de l'être humain avec « l'éprouvé et le ressenti »

Développer une meilleure connaissance du « tissu peau » et de la capacité du toucher en lien.

Développer de façon expérientielle la découverte, la conquête et la transformation (aboutissement, ce vers quoi nous tendons) l'intégration du schéma corporel reconnu, revisité.

Travail de révision de l'anatomie en rapport avec le squelette humain.
Entraînement à la posture nouvelle

Module 7 Techniques spécifiques second degré : Théorie et Pratique

Toutes les techniques de la RDC II avec le paramètre de « futurisation »
(le futur s'inscrivant dans l'instant présent)
Sophro acceptation positive
Sophro correction sérielle
Sophro projection future

*Leur intérêt dans la pratique :

Apprendre à formuler clairement un objectif à atteindre dans sa « réalité objective »

Se servir de ses propres forces et capacités pour renouer avec sa « biologie » sa santé pour se situer et programmer soi-même son « futur » dans la conscience d'« exister » pour soi.

Appréhender le monde extérieur en conscience avec les cinq sens.

Le mouvement corporel met en jeu les muscles et les met en valeur.

Module 8 : Méthodologie du troisième degré : Première partie

Découvrir le paramètre de « prétérisation » (le passé se retrouvant dans l'instant)

Découvrir ses capacités mnésiques mentales, physiques et affectives dans ce qu'elles ont de positif pour soi.
Les capacités humaines peuvent être transversales.

Toutes les capacités peuvent être citées reconnues corporellement par la pratique dans le « ressenti et l'éprouvé »

Apprentissage de nouvelles postures dites du « 3^{ème} degré »

Appropriation d'un nouvel équilibre de par la posture spécifique

Expérimentation d'un nouveau type de déplacement en concentration et contemplation « senso perceptive » permettant la « réduction » ou la « suspension des jugements et des *a priori* »

Repérage de la faculté de chacun à situer dans le corps les souvenirs.
Découverte des os, du tissu osseux et des différentes textures.

Module 9 : Méthodologie du troisième degré : deuxième partie

La Relaxation Dynamique RDC III

Sur chacune des parties du corps.

La tridimensionnalité de la temporalité : Chaque instant contient passé, présent et futur.

Sophromnésie senso perceptive activée dans l'instant présent et transportée dans la futurisation est un exercice difficile qu'il est important de pratiquer en douceur pour permettre à chacun des participants d'y arriver chacun à son rythme.

A ce niveau se développe le sentiment d' « être existant » dans sa corporalité (unité corps-esprit).

Intégration des structures corporelles : la peau, les muscles et les os.

Description de l'espace qui se crée dans la conscience : « espace phronique » qui se dévoile par la pratique de la méthodologie.

Entraînement à l'animation de séance pour exercer sa capacité de présence à soi et de présence aux autres.
Travail de la voix, son timbre, son rythme et la respiration en adéquation.

En continu entraînement hebdomadaire en séances collectives et personnelle.

Module 10 : Théorie et Pratique :

Les techniques spécifiques du troisième degré

« Apprendre au cerveau à se souvenir des choses positives »

Avec la RDC III : Théorie de l'intégration dynamique de l'être : réactualisation des capacités

(La forme, la respiration, l'équilibre, le poids, la température, la pensée, la voix...)

Entraînement de la « Mémoire »

Exercices sur la « temporalité » qui redonne le caractère existentiel d'être présent à soi, présent au monde.

Module 11 : Méthodologie de la Relaxation Dynamique de la RDC IV 1^{ère} partie

Les valeurs Humaines

Description des valeurs humaines :

Les Valeurs Biologiques en relation avec la santé physique : les valeurs passées, présentes à soi et celles que nous avons intégrées, à notre service pour notre existence

Les Valeurs Mentales passées, présentes et futures

Les Valeurs Affectives passées, présentes et futures.

La Totalisation de toutes ces Valeurs entraîne un processus existentiel d'équilibre physique et mental.

La découverte de la nouvelle posture qui permet l'intériorisation et la redécouverte de ce qui nous entoure avec : *Le regard neuf de la première fois.*

Descriptions des Valeurs essentielles existentielles qui seront travaillées progressivement:
Les Valeurs Biologiques: ce sont les valeurs concernant les organes vitaux et tous les tissus du corps.
Les Valeurs Vitales : L'individualité, la valeur de la famille, la valeur du travail, la culture....
Les Valeurs Historiques : la valeur sociétale, la valeur de la chose publique....

C'est la découverte de la valeur de son existence propre au sein de l'environnement.

Travail d'approfondissement en inter cours:

Les organes vitaux du corps humain et leur fonctionnement.
Entraînement de groupe et personnel

Module 12 : Méthodologie de la relaxation dynamique du 4^{ème} degré 2^{ème} partie

Révision des différentes postures et particulièrement la posture du 4^{ème} degré.

La conscience : de la conscience voilée à la conscience phénoménologique

Quelques rappels :

Biologie : les organes internes

Psychologie : comment mener un groupe en sophrologie : quels critères ?

Philosophie : l'axiologie et le concept de valeur, son application en sophrologie

La temporalité

Module 13 : Théorie et Pratique

Techniques Spécifiques concernant RDC IV

Avec la RDC IV : Concept de « Totalisation »

Travail de l'instant s'adressant à toutes les structures corporelles.

Intégration de la conscience tissulaire

Mise en place d'un protocole à visée personnelle et professionnelle.

L'analyse « vivantielle » son intérêt.

La motivation de chacun en fonction d'objectif à atteindre ; quels en sont les critères ?

Chacun apprend à organiser et sa propre « gestion du temps ».

Travail à accomplir :

Outre la pratique en continu, chaque stagiaire va revoir toute la méthodologie, et, vérifier quels sont les exercices judicieux à accomplir pour des résultats précis.

Revoir les théories pour une meilleure compréhension.

Doit être capable de modifier son protocole d'entraînement personnel, si tel est le cas.

Modules 14 : Théorie et Pratique techniques de totalisation

Sophro-manence

Sophro-rétromanence.

Sophro présence des valeurs

Sophro-tridimension interne des valeurs

Entraînement sophrologique de la mémoire et de l'apprentissage

Etudes de cas et réflexion sur l'application des techniques

Travail à accomplir :

Comment procéder pour des situations précises et quelle progression mettre en place ?

Module 15 : Révision et Préparation du Mémoire

Tout le cursus de base du cycle réductif revisité pour une pleine connaissance de la trame de base de tous les protocoles donnés.

Préparation du « mémoire vivantiel ou phénodescriptif » en fonction des critères de l'évaluation.

Il s'agit pour le futur sophrologue de décrire les modalités évolutives du phénomène de la vie humaine lui-même tel qu'il lui est apparu durant la progression du cursus de base. Il s'agit donc là de décrire une *expérience réelle et non les représentations mentales*.

Le but de ce mémoire est, en partant des connaissances actuelles du futur sophrologue, de mesurer sa capacité à aborder sa nouvelle profession de « sophrologue » avec un regard nouveau afin de donner un sens et une valeur nouvelle à ce « savoir être autrement » qu'exige l'exercice de celle-ci.

La présentation du mémoire se fait en la présence d'invités

Les règles déontologiques qui régissent la profession de sophrologue .

Travail à accomplir

Mise en forme du mémoire en étant accompagné par le formateur et le tuteur à tout moment.

Module 16 Présentation du mémoire

Lors de ce module les critères d'évaluation sont vérifiés et notés.

Le mémoire comportera un minimum de 30 pages en 2 exemplaires l'un restant en Guadeloupe et le second expédié au fondateur de la sophrologie.

Tous les travaux, les recherches étant acceptés le sophrologue pourra avec la supervision, mettre en place son projet professionnel.

Module 17

Entraînement hebdomadaire préconisé et personnel.

Des révisions en anatomie et physiologie

Comptabilisation des séances de pratiques hebdomadaires pendant tout le cursus ainsi que du travail continu personnel avec un rapport du tuteur permettant de constater un « savoir faire » mais aussi un « savoir être »